**放生说明**

1、放生的概念

慈诚罗珠堪布在“戒杀放生的功德”一文中开示：佛陀对放生所下的定义是：在市场上看到有鱼贩、鸟贩为了宰杀而销售鱼类、飞禽（包括鸡鸭等家禽以及其它动物在内）时．以钱买下这些众生剩余的寿命．并用自己的手将其放回原处。所谓原处．是指如果是水生动物．就放回湖泊、河流或者海洋当中；如果是森林动物．就放归森林等等。不但自己做．而且心生欢喜．并动员他人参与且随喜此事。当自己做完之后．又满心欢喜地想：我今天完成了一件很有益的事情．将来我还要继续坚持下去。

2、放生仪轨甚深意：这些佛号心咒的来源与巨大功德？

在放生时，就应该为所放生命念诵佛的圣号和咒语。因为，如果为其讲法，它们也无法明白，但我们相信，为其念诵经咒肯定可以在它们的心田里播下解脱的种子，这些种子会很快成熟。到那时，它们便会明白这条路该怎样走，而且会主动地去走。对于动物，我们只能用这种方法。然而，人是有思想的，所以，为人讲法极其重要。念的时候要想办法让它们每一个生命都听到。如果在听得到的地方念，可以使它们得到两方面的功德。

第一，它能够得到我们念经回向给它的善根；第二，听到佛的圣号、咒语后，一定会解脱，不是说它下一世一定解脱，这要看它的业障是否深重，但不会经历很长时间，它一定会得到解脱。法布施更重要，如果不念佛号，只是去放掉，那最多可以免去这些生命一次死亡的痛苦。如果它们在念诵闻听佛的名号后死去，既可以给它种下善根，还可以让它停止造作恶业走向毕竟的解脱。

 放生时不能染有期获名誉声望等坏念头，而应发起慈悲菩提心，随机地放生动物。为了在那些动物的相续中播下解脱之种，可喂以"吃解脱甘露丸"、以"系解脱结"在其头顶上方加持，同时将这些旁生供养三宝，观想它们已进入三宝的护佑处而念皈依词，诵殊胜佛号和密咒，功德极大.因此要在旁生耳边念诵"阿弥陀佛"等佛菩萨圣号，功德尤为殊胜，今天摘取放生仪轨中部分佛号心咒之功德缘起介绍增上大家念诵信心与力量：

一、"顶礼出有坏、善逝、应供、正等觉宝髻如来".

　　此宝髻如来圣号，对于生到旁生等类的恶趣众生，一闻此名，即可从苦难中解脱而生往天界.以前，我们的佛陀曾是一们商主的儿子，名叫"降水".有一天，他外出，在路上，突然看到食肉动物狗、狼和乌鸦赶向一个水池边.他见此情况，就跑到那边去看.只见在那个大水池里，有一万条鱼在仅剩的一点水中游来游去，此时，那一万条鱼游过来，冲着降水的方向可怜巴巴地望着.这位大菩萨为了这些鱼，以慈悲心四处找水，但没找到，便吹下许多树枝，为太阳曝晒下的鱼儿们遮上荫凉.最后，他来到一个叫"天自在光"的国王的处所，向国王借了二十头大象，并向牧者借了一百个皮水袋，在口袋中装满水，疾速来到水池边，从象身上卸下水，将水池充满.那些鱼儿们又游到降水面前，菩萨降水以为这些鱼肯定是向自己乞求食物.为了解除这些鱼的饥饿，他吩咐自己的名叫"水衣"的儿子，到家中将许多食物用大象驮来，满足了那些鱼。降水心中又想到宝髻如来在以前行菩萨道时曾发愿：十方所有任何众生，在临终时闻我名号，其从此死后，即往生三十三天与天众同缘.现在，谁闻其名号皆生善趣世界......因此，他想诵此佛号.于是他来到水池中水没其膝之地，特意念诵了宝髻如来名号，并讲了缘起甚深之法.以后，在某一天间，那一万条鱼死后，往生到三十三天，刚一转生，他们就探究起从旁生依靠什么业力而生往天界的原由，得知是商生儿子降水念诵宝髻如来圣号和宣讲缘起甚深法的力量.为了报答恩情，这一万天子来到降水家中，当时降水正在睡觉.于是，天子们供养了四万条珍珠双股项链，并降下没膝的花雨，奏起各种天乐，以作供养.与此同时，在以前的大水池边，亦降了纷纷花雨.随后，这些天子返回了天宫......此详细情形，可参看《金光明经》.

二、"顶礼出有坏、善逝、应供、正等觉释迦牟尼如来."

　　闻此我等导师佛陀的圣号，众生不退菩提.那些旁生一闻此名，也会播下无上菩提之种，逐渐成佛.

三、"噢(m)玛讷巴(d)美轰".

　　此六字大明咒，在旁生耳边念诵，功德亦极大.从前，有座名叫"括莫积"的城市，那里有个肮脏的沼泽地，生有成千上万的虫子.圣者观世音变成一只金色蜜蜂来到那儿，口诵六字大明咒──那些众生因此而往生到极乐世界里，都变成了名叫" 口溢香"的菩萨──有此历史记载.在《不空四(上)绢(下)索经》中也讲道：在旁生耳畔诵此圣者观世音菩萨心咒，旁生从恶趣中解脱，往生极乐刹土.

四、药师七佛 在《圣七如来殊胜夙愿方广经》中记载：大菩萨文殊白佛言：听闻何者名号于无上菩提中不退转，清净灭尽一切罪恶业障，不被恶魔所害.本师亦随求开示了这个对未来属于五浊恶世中之苦难有情最大利益的药师七佛法门，这就是药师七佛修持的来源。 七佛名号如下：(1)善名称吉祥王如来，所住世界名曰无胜，有八大愿。(2)宝月智严光音自在王如来，所住世界名曰妙法，有八大愿。(3)金色宝光行成就如来，所住世界名曰圆满香积，有四大愿。(4)无忧最胜吉祥如来，所住世界名曰无忧，有四大愿。(5)法海雷音如来，所住世界名曰法幢，有四大愿。(6)法海胜慧游戏神通如来，所住世界名曰善住宝海，有四大愿。(7)药师琉璃光如来，所住世界名曰净琉璃，有十二大愿。也有人把开示这以药师佛为首的七佛法门的佛教本师释迦牟尼加上，称为「八药师佛」。药师七佛曾经发大弘誓要利益五浊恶世中之苦难众生。七位如来共发四十四本誓。

若你常能忆念此八佛名号於心中，则将获不可思议的利益，因为，此诸佛之净土，已免於五种退转。如我先前所说，我们现在所处的时代，是末法时期，由五个面向来说明此时代的沉沦，但是，诸佛净土，是免於这些沉沦的。由於诸佛过去的愿力，所以，不论你是在白天清醒时忆念他们，或是晚上睡前忆念他们，那么，不论你现在从事的世俗的活动，或是精神上的活动，只要一忆念这些佛号，都会使你成功，使你兴盛，且不会有障碍或阻扰。同时，持诵此八大殊胜的佛号，会使天神战胜阿修罗，所以，我们的世界就会变得美善。如果你诵此佛号，你会感到快乐，而且，会远离恐惧，你不会因为气恼别人而痛苦。同时，你会超越战争，“超越战争”的意思是说你将超越胜利，平常我们说你在战争中赢得胜利，只是说你战胜了，而超越战争则是指你根本没有战争，你将具有权威、和平，没有烦恼和恐惧。

一般而言，甚至只是听到“佛陀”这个字，就比诸天神无量劫对於独觉佛无数的供养，要来得殊胜。若仅听闻“佛陀”一字，就有如此殊胜的功德利益，那么，礼敬诸佛，持诵诸佛名号，功德利益自然是更大。持诵诸佛名号的不可思议功德，就是在这部经裹讲授的，对此经做注释的大学者米庞，在他自己所使用的法本里，他写道：“我也写下—些佛的名号，以便於我自己的持诵。”

六、八大菩萨名号的功德 八大菩萨，指的是观世音菩萨、弥勒菩萨、虚空藏菩萨、金刚手菩萨、普贤菩萨、文殊菩萨、除盖障菩萨、地藏菩萨，其中关於金刚手菩萨其为大势至菩萨的忿怒像两者实为同一本尊。

 一般来讲，释迦牟尼佛的教法分大乘和小乘，小乘的教法由十六阿罗汉护持，他们承佛敕命不入涅槃，永住此世以济度众生；大乘的教法由八大菩萨（八大近子）护持，他们有责任兴盛大乘教法，令其永不隐没。所以，如果祈祷八大菩萨，可使释迦牟尼佛的教法永远住世，有这样一种缘起。平时不管放生也好、念经也好，若能持诵八大如来和八大菩萨的名号，功德也会特别大，如果听到这些菩萨的名号，功德无量，诚如《如来藏经》中说：“大菩萨云集于不同佛土，六十恒河沙数均是最后有者，拥有大神通、力、无畏，承侍过数十万俱胝那由他佛陀，善转不退转法錀。

七、莲花生救度一切苦难祈请文

由大恩上师五世嘉绒朗智的父亲巴沃里RA札大师（切沃仁真钦波仁波切）第一世所取出的伏藏，巴沃里RA札的第一世，在藏地被尊称为第二莲师，他在石渠县虾扎地区闭关的地方，被称为是第二铜色吉祥山。巴沃里RA札的第一世，取出的《莲师解救一切怖畏祈祷文》伏藏，这个法是针对现在这个年代，针对我们这些末法时期的众生而设，是与我们最有缘分，最能相应的， 我们能够得到这个法，是我们的福报，也是我们的缘分。伏藏法传承不断，不受外道侵害；法源清净，免受世人邪说影响；有极其甚深的智慧力量；开取出来之后，对无量众生的加持特别迅速。就像佛陀刚转砝錀时，很多众生都能证果一样，伏藏品刚取出来时，也能令有缘众生成就相当快。衮钦晋美林巴列举了伏藏与发掘德玛的四个理由：“（伏藏德玛）目的有四，即圣教不会消失、窍诀教言不会搀杂、加持不会衰弱以及缩短传承之链。”

八、莲师长寿心咒

此咒大恩上师五世嘉绒朗智仁波切特开许大家念诵，因缘起殊胜，在莲花生大士传中莲师曾示现成就四大持明果，长寿自在持明是其中一种：依怙无量寿佛亲临此地，为他作灌顶，作了与无量寿佛完全一体的加持，赐予了一千一百万种长寿续，使他得到寿命自在持明的成就，修成了无生无死的金刚身。在放生过程中念诵必定给自他种下长寿的因缘。

九、普传浊世降魔消病祈愿文

此文为伏藏文，加持巨大。2003年的时候sars病情爆发，大恩上师五世嘉绒朗智仁波切以最快时间找人给汉地弟子翻译了第四世嘉绒郎智伏藏《普传浊世降魔消病祈愿文》，给予所有弟子宽慰与安心，并亲自赶到疫病最严重的两个城市陪同大家度过了难忘的日子，那种慈悲的感化言语无法表述。从此以后，弟子们每天放生等善行后，回向时都念这个祈愿文。恩师希望大家平时也能读诵，对于遣除流行病等有不可思议的加持

十、上师长寿祈祷文

如果念诵根本上师的住世祈祷文，也能令弟子的寿命增上，并能满愿：在《莲师刹土云游记》中当 伏藏大师多杰德钦朗巴念完住世祈请文后，大上师钦则旺波又对他说道：“这种以金刚谛实语所作的祈请文，如果能让你的弟子长期念诵，其中所提出的祝愿及祈祷内容就一定会实现。

十一、智慧流星咒

嗡嘉纳阿瓦洛革得、那美萨曼达、萨帕惹纳、瑞莫巴瓦、萨玛雅、玛哈玛讷、德日德日、舍达雅作拉那吽。（于江河、湖畔，右手捧一掬水，诵此智慧流星心咒七遍，加持七掬水而倒入江湖中，以佛眼视之，所有现前之饿鬼众，皆获得具足如天人之饮食胜味，且各各饿鬼获足七摩揭陀斗之饮食。仅饮彼水，彼一切饿鬼即从其道解脱，转生善趣也。凡诸男子、女人、童男、童女及旁生、饿鬼、鸟类、水族等，若饮此水，一切恶业及业障悉皆清净，且转生善趣也。

十二、 般若心经

佛经中说：受持读诵此般若波罗蜜多者。是人于一切处。若行若止或遇刀杖等难。于彼人身无所伤害。乃至将失寿命不生怖畏。旁生听闻佛法亦获得极大利益。如世亲论师的弟子安慧,前世作鸽子时经常听世亲论师背诵般若经,死后获得人身,转生王族,依止世亲论师终成为班智达。以前帝释天受到魔王波旬的侵害时，就观想空性，念诵《心经》以度过危难。我们平时随身携带《心经》，或是将其供奉于佛堂，或睡觉时放在枕头上方，依靠般若空性的力量与加持，所有的恶梦、恶缘等全部可以遣除-

十三、 另外，显示缘起甚深法的缘起咒，或者一切法等偈子进行念诵，以作法布施.如此而行，会使有情暂时解除生命恐惧，在相续中种下解脱的种子，把它们从恶趣的悬崖边解救出来，并置于究竟安乐──无上菩提果位之中，因此，对于它们恩惠是极大的.最后，以自己所做和积聚的善果，为了使那些被放生动物为主的遍满虚空的众生，获得暂时的究竟的广大利乐，以清净意乐发心回向，并诵吉祥愿词，圆满结束！

3、怎样让放生可具足菩萨六度

放生也可具足六度，例如，放生本来是无畏布施，同时还具足财布施、法布施，这是布施度；从小乘来讲，不害众生就是持戒，从大乘来讲，直接间接利益众生就是持戒，在放生过程中，既不害众生也利益了众生，这是持戒度；放生时忍耐严寒酷暑、艰难困苦，以及他人的谣言或攻击，这是安忍度；不管再怎么辛苦、再怎么劳累，每年春夏秋冬不间断地放生，这是精进度；放生过程中，没有什么其他目的，只是一心一意想让众生离苦得乐，这是静虑度；通过念咒语、念经文加持所放众生，为其播下解脱种子，或者以三轮体空的方式来摄持放生，这是智慧度。

 每一次的放生，都是菩提道上的一分修行，把当下的放生意乐和行为调整好，非常重要，能这样积累上去，功德就会越来越增长。善法不论大小，真正可贵的是长久的坚持。如果天天都有增上，月月都有积累，这样善的意乐和行为串习纯熟了，自己的修行也会越来越广大，而善行广大，福德也会越来越深厚。

4、放生注意事项

放生时，必须要如理如实做到以下几点：

（一）所放的众生要在三宝加持下释放。我在仪轨中也提过，放生之前，要用《闻解脱》、《系解脱》、《般若经》、《心经》、《金刚经》，或者佛像、转经轮等三宝所依，加持所放的动物。像牦牛、大鸟等躯体大的，必须要接触它的头；泥鳅、小鱼、麻雀等躯体小的，则应在筐子上方晃一晃。总之，每个众生都要获得三宝的加持。

（二）要让所放的众生喝到甘露。甘露丸一定要来源清净，若是破誓言者、密乘戒不清净者手中传来的，不但没有加持，反因晦气而对众生有极大损害，所以最好是高僧大德赐予的观音丸、解脱丸、放生丸等。将这些甘露丸泡在水中，如果是鱼类，则倒在桶里；如果是鸟类，则洒在它们身上，或想办法让它们喝到。密续中经常有见解脱、触解脱、尝解脱，这即是所谓的“尝解脱”——品尝之后得解脱。我以前每次放牦牛时，有些牦牛特别厉害、很难接近，但也要想尽办法、花很长时间逮住它，张开它的嘴，把甘露倒进去，这样品尝后才能得解脱。

（三）要在所放众生的耳边念经。所念的内容，最好是《放生功德文》中药师七佛、八大菩萨的名号，缘起咒，及《普贤行愿品》等。

（四）内心和动作要轻柔。有些居士放生时，把鱼在空中随便乱扔，一点悲心也没有，这样肯定不行。按照《俱舍论释》的观点，若让众生内心产生极大恐慌，来世自己会变成精神癫狂者或疯子。所以，这些方面应该注意。

（五）发心要清净。大家放生时要像放生，不要只是过个形式，要么以放生为借口化缘，要么找这样那样的人，这都没有必要。应该发起利益众生的大悲心，一心一意想帮助众生，如此参与放生、念诸佛菩萨名号，才有真正的实义。

（六）放生最好是亲力亲为。有些人认为：“我捐点钱放生就可以，不一定要亲自去。”这是一种懒惰的借口。实际上你若亲自去放，和大家一起共诵仪轨，亲手把众生放回大自然，功德肯定比你捐钱随喜要大得多。随喜虽说也有功德，但按照《俱舍论》和《毗奈耶经》的观点，亲自去做的善根更殊胜。因此，各方面因缘具足时，放生最好是亲自去。

（七）放生时要注意环保。有些人放生从不考虑对周围的影响，比如把毒蛇放在人烟密集的地方，让当地人苦不堪言，而且引起很多麻烦。因为现在不像古代，人烟稀少之处几乎没有，所以很多情况都要考虑。曾有一则新闻报道，有一群放生的人，在农村放了千余条蛇，每到中午、晚上，蛇就会往村民家里爬，许多鸡被咬死了，人们晚上睡都不敢睡，甚至有的老太太被吓哭了。当然，有人说毒蛇不能放，因为它是害人的。这种说法也不对，毕竟它是一条生命，只不过以嗔心而转生，故也值得我们维护。

（八）放生应选择地点，观察所放众生在什么环境中可以存活。譬如，水生动物有很多种，有些是淡水里的，有些是海水里的，如果你一看见是鱼，就随随便便倒到海里，也许它不能在那里生存，一下子都死掉了，统统漂在水面上，对环境也是一种污染。所以，在放生之前，首先要打听好这些动物适合什么环境，买的时候也一定要注意。

（九）不定期放生。很多人常在四月初八、六月初四等佛教纪念日，或每个月的初八、十五、三十号放生，这样的话，很容易被鱼贩子等人抓住规律。

（十）注意过称和看守护。有些人放生没有经验，被缺很多称，或者买好后没有人跟随一起押送物命。如此一来，有些市场老板特别狡猾，中途把鱼卸掉一部分又带回去，然后再把剩下的运去放生。结果到了那里时，如果真要过秤，可能连一半都没有。所以，没有经验的人，刚开始会遇到很多问题。假如你是长期放生，对这些更要注意；即便不是长期放生，跟市场上的人打交道，也要用智慧进行观察，看放生的结果怎么样？整个过程中如何监督一些环节？不然的话，很多钱不知不觉就白白浪费掉了。

5、放生行为之几种杜绝•

阿秋喇嘛•《放生摩尼如意宝珠》

预约放生

与卖鱼者直接或间接、明确或暗示将要买生放生．使卖者闻讯捕捞．违背施无畏的基本定义。如此可令这些众生本几日后死．如今因预约卖者数量、品种等．使其提早被捞．虽汝意为放生．然而其中势必有不堪折磨而早夭的众生．由于其提前死亡出于你的预约．使自己的善举偏于形式了。

一、不观察地点、水质

如果被放之众生．能放其为适于它生长的环境．则对其有极大好处。反之．若只顾放而不观察所放的地点．则对其害处多多。如将野兔置于众人处．飞鸟放于易捕地．鱼儿放入被化工原料污染的、无法生存的河流水域等。

二、禁放养鱼池

严禁将鱼及水生动物放入养鱼池．因养鱼池为卖鱼杀生之来源处．将众生放入其内．乃间接杀生也。

三、不得区分大小贵贱

一味追求数量．而对某部分众生远离慈心。如见两盆鱼．心想若放这盆躯体小的众生．则价钱和数量要比放那盆躯体大的合算。或思维买一大堆田螺的钱．还不够买一只甲鱼的金额。因而弃大舍贵．择小选贱。这样一来．势必会造成未被解救生命的众生怨恨与嗔怒。孰不知躯体越大．价格越昂贵的众生．你放了它．功德也越大。所以放生时不要带着选择和预备买何品种的心去买生．应当遇见什么就买什么。

四、万勿因噎废食

有人因见到自己或他人辛苦所放之众生．有被随后捕抓的危险．便以为这种放生毫无意义．且造就捕抓者的恶因。其实即便仅仅能延长众生一个秒钟的生命．此众生也宁一秒后死．不求一秒前亡。故究放生者功德而言．施其一瞬间无畏与放其数年无畏．功德正等无异。于被放者言．彼虽短暂获生．仍于生时心若甘饴．且由于其成就了放生者菩提心的功德．故放生者之功德利益．所被放之众生亦有．使彼终获善乐。而且．从悲心的角度来说．即便知其在放后即有被捕之险．或见其伤弱而不顾．心怀哪怕使其一瞬安乐也要解救之心．此种人慈悲更为强甚．极为诸佛赞叹．有此发心者．无论所救众生是否有福报活下来．以彼悲心的利益．放与被放者均有大利益。故千万勿抱前放后抓不算放生或买时选择强健活力者放的错误思想。

五、不善回向

很多人因为自以为不去执着功德利益．而凡有放生皆不去好好回向。孰知因果成熟．是必然之势．不重视回向．会导致大量功德转化为人天福报．为将来往生乃至成佛．形成阻碍。所以每个修行的人．一定要使功德转向出世间的种种成佛利益。而且放生行为．因其是有为法中最为殊胜的功德之故．功德成熟非常迅猛。若放生勤恳．甚至即生福德利益现报．所以放生者切要善于回向．免大量功德流于人天无意义消耗的福报也。

六、未知己知彼．勿随意劝说

轻易不要对无信心者(尤其是卖鱼的人)宣布和劝化说我买鱼是为了放生做功德．你应当怎样等等。因为并不了解对方对于因果之取舍观念．一旦被其把握和摸索出放生者出没的时间规律．所偏重放之品种．即便每次给放生者开诸方便．放生亦流于形式而形成弊端。使卖者为了放生者的需要而购抓某种众生．而放生者并不见得一次都能将卖者的货量都买掉．使未被放的另一部分众生伤心埋怨。所以轻易不要让卖者知道目的．通晓规律。

对于有的地区已形成此局面者．虽无法挽回．但应亡羊补牢．注意宣传给新的放生者这个道理．至少使这种局面保持在最小范围即可。但万万不可因为觉得造成此局面不好．便不去放生．退失信心．使更多众生流于他人的口腹。总之．放生要比不放功德殊胜。

七、倘使工作失误．勿轻易自咎

释放与解救他人的生命．永远没有过失。许多放者因为工具、因缘及种种不利因素．使所购众生不能全数尽活．便于亡者自愧有罪恶感。实际众生从生到死．皆受制于因果．假如你尽力做了．它还是于放前死亡．实属因缘所使。彼既便如此．亦要比被人刀刃烹煮者幸之万倍。据说畜生之苦．不但苦于死时之剧痛．死后之剖解、烹食．乃至被消化后．其痛苦的知觉方无。故这对于被放者而言．使其少苦而终．且免受死后之剧烈痛苦．仍具备不小贡献。况且你把放生的功德回向给他们．对其今后．仍具备积极深远的意义。 故而应知放生因悲心之故．无过失而言。

**6、放生问答**
问：什么叫做放生？
答：放生就是看到有生命的异类众生．被擒被抓被关被杀．惊惶失措．命在垂危之际．发慈悲心．买物救赎．予以解救释放的一种行为！

问：为什么要放生？
答：简单地说．放生就是还债．还今生累世以来我们所欠无数的杀债。要知道因果报应．丝毫不爽．有罪必报．有债必还．今生我们所造的杀债已不可胜数．更何况累劫多生！所以我们要积极地放生．救赎生命．偿还宿债．以期灭罪消愆．消除业障！

问：放生有什么功德？
答：放生的功德无量无边．举其大要述说如下：  （一）无刀兵劫．免除战争杀祸。
（二）长寿．健康．少病。
（三）免天灾横祸．无诸灾难。
（四）子孙代代昌盛．生生不息。
（五）多子宜男．所求顺遂！
（六）官禄亨通．一帆风顺！
（七）喜气吉祥．四季安宁。
（八）解冤释仇．诸恶消灭．无忧无虑。
（九）合天心．顺佛令．物类感恩、诸佛欢
（十）得生天上．享无极之福．若兼修净土．直可往生西方极乐世界。

问：放生后自己会有什么改变？
答：放生可以长养我们的慈悲心肠。在放生过程中让我们体会到天地万物率皆平等．皆有感觉．皆具佛性．皆能成佛的真理．使我们慈悲看待每一条生命并且尊重珍惜！从而在生活中戒杀茹素．护生助人．诸恶莫作．众善奉行．以慈悲心看待世界的一切。
要知道佛心就是慈悲心．当我们长养慈悲．心与佛合．诸佛欢喜．自然容易与佛感应道交．学佛道业自然容易成就！

问：为什么现在反对批评放生的人很多？
答：放生最容易消业障．简单易行．只要发心．随时随地．一人多人．钱多钱少．都可以放生。正因为放生如此殊胜．累劫多生以来．我们多少的冤家债主．邪魔外道都不愿意我们如此简单地便消除业障．成就道业．因而千方百计．增长无明．混淆视听．蛊惑人心．阻挠人们放生。

问：为什么现代提倡放生甚难？
答：这是因为末法时代众生业障深重．没有福报值遇善人放生受救的缘故．更是因为众生愚昧．没有智慧来分别善恶是非的缘故。因为放生的事情看起来虽然很简单．但放生蕴含的道理却十分深奥复杂．非一般人所能理解。就连放生的居士们若不能深入了解其中的道理．也很容易被世俗偏见所阻碍．对放生失去了信心．放弃了自己消除杀业的契机！

问：能不能简单地告诉我放生的道理？
答：（一）因果报应．如影随形．分毫不爽．种什么因得什么果是亘古不变的真理。放生就是救人家的命．种了善因．必得善果．阻碍批评放生就是妨害人家救命．种了恶因．必得恶果。
（二）天地万物众生．皆有灵性．皆知趋吉避凶．能会贪生怕死．皆有悲欢喜怒．今朝放生．物类皆知感恩图报！
（三）天地万物众生．皆本具佛性．与我相比无二无别．只是因为宿业深重．不幸沦为异类畜生．一旦业障消除．同样可以证成佛果。今朝放生．等于救一未来佛！
（四）天地万物众生与我．在无始以来的轮回中．皆曾经互为手足亲眷。今朝放生．等于救自己的亲人！
（五）天地万物众生与我．在过去的轮回中．皆曾经互为冤家仇敌。今朝放生．正可解冤释仇．不再冤冤相报！

问：对于种种有关放生的质疑批评．我应该如何回答？
答：很简单．就一句话‘将心比心’．把自己设身处地想成是异类众生．你希望人家如何对待你。如果能以将心比心的慈悲去看待每一条生命．所有有关放生的质疑批评都将迎刃而解．所有有关放生的谩骂阻挠．都显得过虑多疑．不够慈悲！
问：你们一边放生．别人一边捕杀．有什么意思？
答：天地万事皆相对存在．有善必有恶．有忠必有奸．放生有放生的善报．捕杀有捕杀的恶果．我们放生的人作自己的功德．人家捕杀造自己的罪过！总不能因为有恶人捕杀之罪过．我们便放弃了放生之善行吧！

问：很多人批评‘放生就是放死’．这有什么意义？
答：（一）死亡只是其中的少数．绝大部分的放生物命均得以重拾生命．回归自然。若非放生．百分之百的物命均将遭受宰杀．总不能因为少数物命死亡．而完全否定放生的善举吧！如此岂不因噎废食．愚蠢之至！
（二）死亡的物类至少也死得其所．死于大自然的怀抱中．也千万倍强于被割被炸．经过火烧水滚的酷刑而死吧！
（三）对于放生存活的物命．我们满心欢喜其重拾生机．对于不幸死亡的物命．我们更寄予无限的祝福！因为今朝在千载难逢的放生因缘中．已经皈依了佛门．今生报尽．永不再堕入三恶道中．并且已亲闻‘南无阿弥陀佛’六字洪名．必成道种．早日畜生报尽．早日转世为人．早日念佛修行．早日成佛证果．早日再回娑婆度众多苦难众生！
问：能不能告诉我放生物命死亡更深一层的意义？
答：我们可以看看《金光明经》流水长者子品中．佛陀昔为流水长者子．不忍上万条鱼干涸死亡．急遣二十集大象负水济鱼．活鱼性命．并为上万条鱼说法念佛．上万条鱼得此功德．当日命终．众鱼尸体积聚池畔．神识往生忉利天．享无极之福！有经为证： “尔时其地．卒大震动．时十千鱼．同日命终．既命终已．生忉利天。”
其实最有大福报的是经过放生皈依念佛仪式后．当日死亡的生命．试问千千万万的众生中有几个在命终时能皈依佛门．又有法师及众多居士为其恳切念佛．为其超渡．今日业报速尽．早日脱离三恶道．岂非福缘深厚？早日畜生报尽．早日转生．早日念佛修行．早日往生西方极乐世界．岂非因缘殊胜？
所以．放生居士们但发慈悲心救赎生命．并设身处地为每一个生命著想．物命万一死亡．我们也问心无愧．同时也寄予无限的祝福与希望！

问：放生的生物．有些都已损伤．放了也未必可活．何必浪费金钱？
答：任何一个有生命的个体．均好生怕死．自有其求生的本能。你想想看战争中受伤残废的人．是不是都努力挣扎．千方百计保全其性命．同伴们也都全力抢救．毫无一丝弃舍之心。损伤的畜生也是生命．放于野外自有其求生之道．若不幸死亡．也死于大自然中．远胜于被宰杀煎烤而死吧！再换个角度想．如果你今天是受伤残废的物类．有人想救你．但却一旁有人阻挠说救也未必会活．你怨恨不怨恨？说这种话的人要小心．阻挠人们放生就等于杀生．因果报应是逃不了的！

问：禽兽畜生千千万万．我们放生怎么放得完？
答：天地之大德曰生．如来之大道曰慈．上天皆好生而恶杀．吾人力行放生．长养慈悲．己合天心且诸佛欢喜。要知道救一物命．如救一佛子．功德已无量无边．更何况救众多物命！至于千万异类畜生放之不尽．这是累劫宿世以来的共业所造成．我们但尽自己的能力随缘放生．惭愧自己劣为俗地凡夫．力有未逮．总不能因其太多而不解救物命于万一吧！

问：把放生的钱拿去救济赈灾．不是比较实际吗？
答：戒杀放生的居士们对于鳏寡孤独贫穷苦难、饥迫寒冻之人亦当发慈悲心随分随力予以救助。但贫苦饥寒虽令人同情．其生命尚不至于速死．而异类畜生若不立行救赎放生．则马上被宰杀烹烤．而断命于人口腹之中。一为境遇可怜．命犹可存．一为千钧一发．命危旦夕．孰急孰重．显而易见。
所以大智度论云：“诸余罪中．杀业最重．诸功德中．放生第一。”放生是救命的行为．功德至大．非其他小善所能比拟！

问：每个人都戒杀放生．将来会不会成为禽兽世界？
答：这真是杞人忧天．你看看蚂蚁、蚯蚓、 昆虫．人类并不食用．任其自然繁殖．而今也没有看到蚂蚁世界、蚯蚓世界、昆虫世界．因为在大自然的平衡化育下．万物自有其生态调节与瀪衍制衡！你现在尚未放生．便在烦恼畜生过多．就好像农夫尚未播种．便在繁恼收成过多．商人尚未赚钱．便在烦恼财富过多．岂不颠倒？

问：劝杀生的人转行．却害了人家生计．爱畜生不爱人．似乎不合情理？
答：士农工商千百种行业．每一种行业都可以赚钱．都可以养家糊口．岂一定非得以杀生害命作为自己的谋生工具不可。要知道因果报应．分毫不爽．既造杀业．必遭杀报．如今虽暂得锦衣玉食．但未来果报现前．受苦偿报．无有止期．且祸延后代子孙．真的是得不偿失啊！

问：放生的对象有没有限制？
答：没有限制。举凡天上飞的如鸽子、麻雀．地上走的如鸡鸭、牛羊．水里游的如鱼虾、鲈鳗．土里钻的如蚂蚁、蚯蚓．大到狮子、大象．小到蚊子、苍蝇．只要有生命的个体．都可以放生。

问：放生为什么一定要授三皈依及念佛？
答：今朝千载难逢．我们与异类畜生有缘救其生命．但他们仍不能脱离轮回业报。我们更当发大慈悲心．为众生授以三皈依． "皈依佛．不堕地狱。皈依法．不堕饿鬼。皈依僧．不堕畜生。"使其今生报尽永不再沦入三恶道中．并且法师与所有居士为其诵念“南无阿弥陀佛”圣号．六字洪名早已盈盈灌注其八识田中．来生转世为人必能值遇佛法．念佛修行．往生西方极乐世界．永远脱离六道轮回之苦．此乃放生中之放生！

问：我想发心放生．应该如何做？
答：放生人人可做．随时随地．钱多钱少．只要看见物命危急受困．在千钧一发之际发慈悲心出钱出力予以救赎．带到适当地点为其皈依念佛并予以释放．使其重拾生机．便是放生。另外放生是门学问．须要注意的地方很多．初发心的居士可委托有经验可靠的放生团体代放．并参加其放生活动．从中请教有经验的前辈们．渐渐地自己便可随缘随力放生．并且广为周遭提倡此一难得的殊胜法门！

问：有人说“吃素就是最彻底的放生”．他们告诉我吃素就已经足够了．何必还要放生？
答：这是一个大错特错的观念．有这种想法的人很多很多．一定要赶快矫正过来．否则千千万万的人可能因此邪知以讹传讹．永远不去放生了．千千万万的物命更将因此魔见丧失了放生受救的机会。我们能够吃素当然很好．但吃素只是消极地不再造新的杀业．不再积欠新的杀债而已。但累劫多生以来．我们所造的旧的杀业．所欠的旧的杀债早已不可胜数．还是要偿还的．还是有因果报应的。而放生则是积极地还债．救赎生命．偿还以前我们所欠无数的杀债。

问：能不能更明白告诉我“吃素”与“放生”究竟有什么不同？
答：就好比一个赌徒愿意改邪归正．首先必须要做的便是戒赌．不再造新的赌债（戒杀吃素）．再来更要积极地还债．努力把以前所积欠的赌债一一还清（赎命放生）．如此才能真正走上正途。
吃素只是止恶．是消极地不再杀业．不再积欠新的杀债；而放生却是扬善．是积极救赎生命．偿还以前所欠的杀债。
吃素而不放生．以前所欠的杀债还是有果报的；放生而不吃素．所赚得的功德又因为吃肉杀生都赔光了。所以放生与吃素是一体的二面．须要相辅相成．同时并行．效果才会显著。

问：很奇怪．每次我一想到要放生或者提到放生．周遭就有无数阻挠批评的声音四起．这是什么道理？
答：你说的这个现象是个十分普遍的现象．也是个绝对必然的现象．一点也不奇怪．简单地说．这是因为我们业障深重的缘故。
今生累世以来．我们早已积结了无数的血海深仇．我们生活周遭中．无数的冤亲债主早已虎视耽耽．伺机报复。如果我们力行放生．救活了无数众生的性命．业障消得愈多．冤亲债主便愈没有机会来报仇了．因此魔王邪众便无所不用其极．颠倒是非．混淆视听．增长无明．利用我们周遭的一切来阻挠我们放生。
同时这也是物命业障深重的缘故．因为这些物命以前到处跟人家结冤仇．到处批评放生．阻挠人家放生．所造的罪业太深太重．所以一遇到善人想要救它们时．那些以前受害受难的冤亲债主势必百加报复阻挠．这是因果报应必然的道理。

问：既然放生那么好．为什么那么多有名望、有地位、有学问、有知识的人都质疑放生．甚至也批评放生？
答：我们学佛人一定要深深看清楚．我们现在所处的这个时代是末法时代。末法时代邪知邪见．邪师邪说如恒河沙数．遍满天下．非常可怕！学佛人务必睁亮眼睛．分别真假．明辨正邪．才不致错乱颠倒．误入歧途。大慈大悲的佛陀早已预见末法时代将是个正法飘摇．群魔乱舞的时代．在二千多年前便教导了我们对治之道—“依法不依人”。
我们学佛是依靠佛陀．依靠佛陀的教法来修行．凡是与佛陀的教法有出入的．凡是背离佛陀教诲的．不管是当今多有名气．多有声望．多有学问的人所讲的．我们也应当一律以佛陀的教法为最高指导准则。
放生是佛陀金口教导我们要亲身力行．既可消除业障又可长养慈悲的殊胜法门．历代祖师无不奉为圭皋．亲身实践并广为提倡．你不听佛陀的教法．不听历代祖师放生的教诲．却盲盲目目去听其他人的邪言魔语．岂不颠倒愚痴！

**放生仪轨**

顶礼根本上师足！

1、发菩提心仪轨（注：可念汉文意思）

效杰纳 耶毕桑吉炯丹迪 檀嘉当萨杰拉内 毕向却 森华森华 钦波 南当喇嘛 多杰 怎巴 钦波南达拉功色所

祈请十方一切出有坏正等觉及十地菩萨摩诃萨众及诸位大金刚持上师垂念我

皈依(三遍)

向却酿波其杰瓦 乃至菩提果

桑吉南拉嘉森且 皈依诸如来

丘当向却森华耶 正法菩萨众

措拉昂得因嘉森且 如是亦皈依

正式发心 (三遍)

杰达温杰得夏吉 如昔诸善逝

向却特讷杰巴当 先发菩提心

向却森慧拉巴拉 复此循序住

得达仁因内巴达 菩萨诸学处

得因卓拉潘敦德 如是为利生

向却森讷杰杰央 我发菩提心

得因德讷拉巴拉昂 复於诸学处

仁巴因德拉巴杰 次第勤修学

后赞叹随喜者（一遍）

当迪达才追沃友 今生吾获福

摩耶哲巴拉巴托 善得此人身

得让桑吉热色吉 复生佛家族

桑吉这色达杰多 今成如来子

达讷达给杰内将 尔后吾当为

热当屯波利赞得 宜乎佛族业

俊美怎波热德拉 慎莫染污此

纽巴摩杰得达夏 无垢尊贵种

隆威夏达彭波利 犹如目盲人

杰达仁钦涅巴达 废聚获至宝

得因杰耶达迪内 生此菩提心

向却森讷达拉吉 如是我何幸

使他随喜（一遍）

达给得让玖巴檀嘉杰 今於怙主前

先阿卓瓦得夏涅当讷 筵众为上宾

瓦德得拉准德悟仁吉 宴飧成佛乐

拉当拉门拉所嘎瓦吉 普愿皆欢喜

发愿次第（一遍）

向却森巧仁波切 圣宝菩提心

玛吉巴南杰杰吉 未生令生起

吉巴年巴美巴央 已生令不退

功内功德培瓦效 愿其日增上

向却森当摩抓央 愿不舍觉心

向却秀拉友瓦当 委身菩提行

桑吉南吉永荣央 诸佛恒提携

德杰利南崩瓦效 断尽诸魔业

向却森华南吉讷 愿菩萨如意

卓敦特拉功哲效 成办众生利

滚波义讷刚功巴 愿有情悉得

森坚南拉昂得玖效 怙主慈护念

森坚檀嘉得当丹杰吉 愿众生得乐

安卓檀嘉达德东瓦效 诸恶趣永尽

向却森华刚达萨耶巴 愿登地菩萨

得达根杰门蓝哲巴效 彼愿皆成就

莲师祈祷文. 解救一切怖畏

(第五世嘉绒朗智仁波切父亲第一世巴沃里RA札仁波切取之伏藏)

爱玛火 爱玛火

巧第加瓦根杰鹅窝涅 一切十方诸佛本性体

桑吉严利特吉琛丽涅 较诸佛陀大悲事业猛

窝看炯瓦雅吉依巴由 如尊守护藏邦所承诺

沃坚仁波切拉所瓦得 邬金仁波切前作祈请

若美东忠札布娘乃波 难忍猛励迫切至心陈

么门样你特吉现杰曰 不现界中悲眼速垂视

尼玛阿度塔拉特波才 今至五浊恶世之际时

也拉也迫炯布写容那 地神地祗部多作继承

也达内思郭吉班玛炯 愿成地中主尊莲华生

那巧么当这德卡达那 若彼黑方人鬼魔力生

嘎巧沃样捉吉班玛炯 祈请安慰白方莲华生

秋将南吉但加东杰那 倘若护法背弃所立誓

但慈恰吉墙写班玛炯 缚以三昧耶印莲花生

但美写这瓦恰赞杰那 倘若无誓死鬼作中断

这古但拉托吉班玛炯 猛鬼限以誓言莲花生

杰主忠吉嘎吉垃加那 众生相续为魔所困萦

卡垂嘎错桌吉班玛炯 驱逐此等魔众莲花生

门劳但吉但拉瓦决那 邪怨魔众危害圣教时

札砸写吉准吉班玛炯 唯愿忿猛度之莲华生

加这贡布沃着朋巴那 邪怨魔众毁坏瞻洲时

特多尼备特吉班玛炯 伏以威德神力莲花生

塔依玛各存卡东瓦那 四边兵阵兴起刀兵时

塔玛第车劳吉班玛炯 回遮边军战事莲花生

拉真玛母达严特巴那 袖魔本母梁疾弥布时

特吉门吉所吉班玛炯 治以大悲妙药莲花生

卓华其尼耶瓦罗尼那 一切蓄牧农田恶运生

这诺龙学作吉班玛炯 增以财食受用莲花生

萨耶杰年金主祥年那 地精衰败众生福运穷

杰样辛亲迫吉班玛炯 赐以精华福运莲花生

但当但怎叠当杰巴南 教法以及一切持教众

达样吉巴作吉班玛炯 请令普遍弘扬莲花生

秋美达索括瓦千巴那 吾等末法漂流轮回中

得秋样德中写班玛炯 引至大乐刹中莲花生

达滚学巴郭萨其加那 倘落见修行之险境中

顿但容沃卓吉班玛炯 示以胜义自面莲花生

德东却玛瓦多谈加德 今坐来世中阴一切境

札美特吉容写班玛炯 无离大悲视我莲花生

多那德阿尼错杰雄样 总之所现一切苦恶境

达德特吉觉忠班玛炯 恒时护以大悲莲花生

4、心经（一遍）

观自在菩萨．行深般若波罗蜜多时．照见五蕴皆空度一切苦厄．舍利子．色不异空．空不异色．色即是空．空即是色．受想行识．亦复如是．舍利子．是诸法空相．不生不灭．不垢不净．不增不减．是故空中无色．无受想行识．无眼耳鼻舌身意．无色声香味触法．无眼界．乃至无意识界．无无明．亦无无明尽．乃至无老死．亦无老死尽．无苦集灭道．无智亦无得．以无所得故．菩提萨埵．依般若波罗蜜多故．心无挂碍．无挂碍故．无有恐怖．远离颠倒梦想．究竟涅槃．三世诸佛．依般若波罗蜜多故．得阿耨多罗三藐三菩提. 故知般若波罗蜜多．是大神咒．是大明咒．是无上咒．是无等等咒．能除一切苦．真实不虚．故说般若波罗蜜多咒．即说咒曰．揭谛揭谛．波罗揭谛．波罗僧揭谛．菩提萨婆诃．

5、诵诸佛菩萨名号（三遍）

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉 本师释迦牟尼佛

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉 善名称吉祥王如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉 宝月莲智严光音自在王如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉 金色宝光妙行成就如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉 无忧最胜吉祥如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉 法海雷音如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉 法海胜慧游戏神通王如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉 药师璃琉光王如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉 西方极乐世界阿弥陀佛

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉 宝髻佛

顶礼、供养、皈依文殊菩萨

顶礼、供养、皈依地藏王菩萨

顶礼、供养、皈依弥勒菩萨

顶礼、供养、皈依观音菩萨

顶礼、供养、皈依除盖障菩萨

顶礼、供养、皈依金刚手菩萨

顶礼、供养、皈依普贤菩萨

顶礼、供养、皈依虚空藏菩萨

6、诵咒（各数十遍或一百零八遍）：

释迦牟尼佛心咒：嗡摩尼摩尼玛哈摩那耶娑哈

莲师长寿心咒：嗡啊吽 班扎格日白玛色德阿依给吽南扎

观世音菩萨心咒：嗡嘛呢叭美哄啥

金刚萨陀心咒：嗡班扎萨陀哄

弥陀心咒：嗡阿弥德瓦阿依斯德啥

往生咒（三遍）

南无阿弥多婆夜哆他伽多夜哆地夜 他阿弥利都婆毗阿弥利哆悉耽婆毗 阿弥利哆毗迦兰帝阿弥利哆毗迦兰 多伽弥腻伽伽那枳多迦利娑婆诃

诸法从缘起，如来说是因，彼法因缘尽，是大沙门说。诸恶莫做，众善奉行。自净其意，是诸佛教。（三遍）

7、大方广佛华严经普贤行愿品

所有十方世界中．三世一切人师子

我以清净身语意．一切遍礼尽无余

普贤行愿威神力．普现一切如来前

一身复现刹尘身．一一遍礼刹尘佛

於一尘中尘数佛．各处菩萨众会中

无尽法界尘亦然．深信诸佛皆充满

各以一切音声海．普出无尽妙言词

尽於未来一切劫．赞佛甚深功德海

以诸最胜妙华蔓．伎乐涂香及伞盖

如是最胜庄严具．我以供养诸如来

最胜衣服最胜香．末香烧香与灯烛

一一皆如妙高聚．我悉供养诸如来

我以广大胜解心．深信一切三世佛

悉以普贤行愿力．普遍供养诸如来

我昔所造诸恶业．皆由无始贪嗔痴

从身语意之所生．一切我今皆忏悔

十方一切诸众生．二乘有学及无学

一切如来与菩萨．所有功德皆随喜

十方所有世间灯．最初成就菩提者

我今一切皆劝请．转於无上妙

诸佛若欲示涅盘．我悉至诚而劝请

唯愿久住刹尘劫．利乐一切诸众生

所有礼赞供养福．请佛住世转

随喜忏悔诸善根．回向众生及佛道

我随一切如来学．修习普贤圆满行

供养过去诸如来．及与现在十方佛

未来一切天人师．一切意乐皆圆满

我愿普随三世学．速得成就大菩提

所有十方一切刹．广大清净妙庄严

众会围绕诸如来．悉在菩提树王下

十方所有诸众生．愿离忧患常安乐

获得甚深正法利．灭除烦恼尽无余

我为菩提修行时．一切趣中成宿命

常得出家修净戒．无垢无破无穿漏

天龙夜叉鸠般荼．乃至人与非人等

所有一切众生语．悉以诸音而说法

勤修清净波罗蜜．恒不忘失菩提心

灭除障垢无有余．一切妙行皆成就

於诸惑业及魔境．世间道中得解脱

犹如莲华不著水．亦如日月不住空

悉除一切恶道苦．等与一切众生乐

如是经於刹尘劫．十方利益恒无尽

我常随顺诸众生．尽於未来一切劫

恒修普贤广大行．圆满无上大菩提

所有与我同行者．於一切处同集会

身口意业皆同等．一切行愿同修学

所有益我善知识．为我显示普贤行

常愿与我同集会．於我常生欢喜心

愿常面见诸如来．及诸佛子众围绕

於彼皆兴广大供．尽未来劫无疲厌

愿持诸佛微妙法．光显一切菩提行

究竟清净普贤道．尽未来劫常修习

我於一切诸有中．所修福智恒无尽

定慧方便及解脱．获诸无尽功德藏

一尘中有尘数刹．一一刹有难思佛

一一佛处众会中．我见恒演菩提行

普尽十方诸刹海．一一毛端三世海

佛海及与国土海．我遍修行经劫海

一切如来语清净．一言具众音声海

随诸众生意乐音．一一流佛辩才海

三世一切诸如来．於彼无尽语言海

恒转理趣妙 ．我深智力普能入

我能深入于未来．尽一切劫为一念

三世所有一切劫．为一念际我皆入

我於一念见三世．所有一切人师子

亦常入佛境界中．如幻解脱及威力

於一毛端极微中．出现三世庄严刹

十方尘刹诸毛端．我皆深入而严净

所有未来照世灯．成道转法悟群有

究竟佛事示涅盘．我皆往诣而亲近

速疾周遍神通力．普门遍入大乘力

智行普修功德力．威神普覆大慈力

遍净庄严胜福力．无著无依智慧力

定慧方便威神力．普能积集菩提力

清净一切善业力．摧灭一切烦恼力

降伏一切诸魔力．圆满普贤诸行力

普能严净诸刹海．解脱一切众生海

善能分别诸法海．能甚深入智慧海

普能清净诸行海．圆满一切诸愿海

亲近供养诸佛海．修行无倦经劫海

三世一切诸如来．最胜菩提诸行愿

我皆供养圆满修．以普贤行悟菩提

一切如来有长子．彼名号曰普贤尊

我今回向诸善根．愿诸智行悉同彼

愿身口意恒清净．诸行刹土亦复然

如是智慧号普贤．愿我与彼皆同等

我为遍净普贤行．文殊师利诸大愿

满彼事业尽无余．未来际劫恒无倦

我所修行无有量．获得无量诸功德

安住无量诸行中．了达一切神通力

文殊师利勇猛智．普贤慧行亦复然

我今回向诸善根．随彼一切常修学

三世诸佛所称叹．如是最胜诸大愿

我今回向诸善根．为得普贤殊胜行

愿我临欲命终时．尽除一切诸障碍

面见彼佛阿弥陀．即得往生安乐刹

我即往生彼国已．现前成就此大愿

一切圆满尽无余．利乐一切众生界

彼佛众会咸清净．我时于胜莲华生

亲睹如来无量光．现前授我菩提记

蒙彼如来授记已．化身无数百俱胝

智力广大遍十方．普利一切众生界

乃至虚空世界尽．众生及业烦恼尽

如是一切无尽时．我愿究竟恒无尽

十方所有无边刹．庄严众宝供如来

最胜安乐施天人．经一切刹微尘劫

若人于此胜愿王．一经于耳能生信

求胜菩提心渴仰．获胜功德过于彼

即常远离恶知识．永离一切诸恶道

速见如来无量光．具此普贤最胜愿

此人善得胜寿命．此人善来人中生

此人不久当成就．如彼普贤菩萨行

往昔由无智慧力．所造极恶五无间

诵此普贤大愿王．一念速疾皆消灭

族姓种类及容色．相好智慧咸圆满

诸魔外道不能摧．堪为三界所应供

速诣菩提大树王．坐已降伏诸魔众

成等正觉转 ．普利一切诸含识

若人於此普贤愿．读诵受持及演说

果报唯佛能证知．决定获胜菩提道

若人诵此普贤愿．我说少分之善根

一念一切悉皆圆．成就众生清净愿

我此普贤殊胜行．无边胜福皆回向

普愿沉溺诸众生．速往无量光佛刹

8、怀业祈祷文

嗡啊吽舍

得钦巴瓦旺格颇庄德．得东所所多波耶希格

玛恰得丹巴美让因利．多杰涅玛囊瓦钦布华

丘格囊瓦塔义多杰丘．杰定旺协特吉吉洽热

巴玛嘉波括迪阿旺杰．囊哲热诺旺钦嘿热嘎

桑瓦耶希班匝瓦ra合．得巧多波嘉波得钦得

玛利杰给耶绰热协玛．巧屯夏吉旺协得东嘎

旺匝多杰华沃札给措．囊东年巴钦布昂涅德

多杰格耶嘎吉哲森友．嘎美颂格雅这堪森格

奥瑞玛布括迪永拉恰．哲义当杰友央德巴协

多杰恰巴钦波特吉呢．南尼欧哲多给巧作央

多杰嘉杰雅巴钦波义．囊哲得瓦钦波敦协巴

塔义杰彻札沃若嘎坚．德杰功沃协瓦因耶波

坚匝森旺格拉措拉．给比所瓦得所辛吉洛

巧屯欧哲多给华塔达．托美旺德协波欧哲作

9、回向文 此福已得一切智．摧伏一切过患敌

生老病死犹涌涛．愿度有海诸有情

愿以此功德．普及于一切

我等与众生．皆共成佛道

愿消三障诸烦恼．愿得智慧真明了

普愿罪障悉消除．世世常行菩萨道

愿以此功德．庄严佛净土

上报四重恩．下济三途苦

若有见闻者．悉发菩提心

尽此一报身．同生极乐国

愿以今日放生之功德．回向十方三世佛菩萨

祈请身寿久住刹尘劫．教化利益解脱无边众

回向十方一切有情众．及以网络助念之众生

生者一切善愿皆吉祥．亡者宿世罪障皆消灭

命终速往无量光佛刹．花开见佛得证菩提道

恒常念诵文

愿我乃至生生世世中．获得具足七德之善趣

愿我出生立即遇正法．具有如理修持之自由

愿我能令上师生欢喜．日日夜夜之中行正法

愿我悟法后修精华义．彼生越过三有之大海

愿我能为众生传妙法．成办他利无有厌倦心

愿我能以无偏大事业．令诸有情一同成正觉

恒时持诵此六发愿王．福德功德无量等虚空

生生世世不离师．恒时享用胜法乐

圆满地道功德已．唯愿速得金刚持

10、普传浊世降魔消病祈愿文

艾玛火 安住十方佛佛子等．

如来药师七尊三怙主

白绿度母巴那夏哇日

莲花颅珠降魔格萨尔王

持密成就根本上师集

浊世降魔勇士胜敌者

本尊空行护法护神等

消除内外中断我祈愿

流行传染蔓延精神不正者等

暗处妖魔鬼怪害人者

一切逆缘逆境速求止

救护两种成就而加持

嗡啊哄．班扎格热白玛色德哄！

11、第五世嘉绒朗智．晋美朗卡洛布称

勒班巴．曲尼登多仁波切．长寿祈请文

吉祥！

真实三宝以及佛佛子．上师本尊空行护法神

犹如此时祝愿所祈请．皆能无碍成就祈加持

神奇应化光辉身殊胜．妙身战胜魔障获全胜

法语不灭永奏法妙音．密意发心犹如坚甲中

面对浊世风行无所惧．二智无偏遍满那虚空

深密诀窍开启宝库封．四业光辉照耀天边际

祈愿长寿永远住世间．闻思修德悉皆圆满通

弘法传教继承佛祖业．如法满足无边化机愿

我等应化众生之怙主．祈愿长寿永生住世间

嗡啊哄．班扎格热白玛色德哄！

**附录**

吃饭时供养念诵

让羊康，嗡啊哄

东巴拉咩桑杰仁波切　无上本师即佛宝

却巴拉咩当求仁波切　无上救护即法宝

真巴拉咩根顿仁波切　无上引导即僧宝

将涅贡秋送拉却巴布尔 供养皈处三宝尊

供灯愿文

如扎噶美朗微玛美德 觉力普照无灭此燃灯

仁珍庆博班玛炯涅确 供养大成持明莲花生

如比嘎巧森金玛理巴 觉性遍满无余诸有情

如冬去给洋司卓瓦学 觉空法身界中愿解脱

南亏塔头洋抗柒奖那 虚空边际浩瀚刹土中

贡却任亲南宁等当界 稀有佛法僧定及所依

索南莎比洋确有所全 一切积累资粮胜福田

玛立得达根几先郎德 彼等无余现量慧眼前

囊洒玛米确巴德布图 敬奉明显燃灯此供养

达当他也森进堂界积 我及无量普天诸有情

玛肉德牟门巴根萨尼 无明愚痴黑暗皆消除

根庆易西囊瓦童瓦雷 愿见遍知光明大智慧

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

（以下这供养文供香，供水等各种供养场合都适用念诵）

 供养仪轨

协囊根德拉弥友夏巧 一切人天内外胜资具

若摩坚创雅瑞纳RA所 妙乐饰鬘美食华衣等

这吉嘉沃门蓝利雄沃 诸佛菩萨愿力所化现

根桑巧波准吉贼杰吉 祈以普贤云供作庄严

云供咒

纳摩RA纳扎雅雅，纳摩巴嘎瓦得，班杂萨RA抓玛达呢，达塔嘎达雅，阿哈得三雅桑波达雅，达雅塔，嗡班则班则玛哈班则，玛哈得匝班则，玛哈波雅班则，玛哈波德泽达班则，玛哈波德曼卓巴桑扎玛纳班则，萨瓦嘎玛阿瓦RA纳波效达纳班则所哈。

每天供养前可做简单思维

 每天早上起床（或晚上回家）后，首先礼佛三遍，然后就供香、供水，如果出门在外不方便，也可以念云供咒进行意幻供养。

思惟：为利益一切众生，我将做此供养，以达到觉悟的境地。无始以来，所有众生都曾经是我的母亲，都曾经仁慈地对待我。接着念：「嗡啊吽」三遍后献上供品。

 当你注视佛龛上的佛像及圣像时，视他们为十方一切上师及佛法僧，以此种认知供养他们，并思惟他们接受这供养后产生极大的喜乐。再思惟自己正供养十方一切佛、菩萨、罗汉、僧团。接着供养十方一切佛像及本尊像，其代表佛的圣身，然后供养十方一切法典，其代表佛的圣口，供养十方一切舍利塔，其代表佛的圣心，供养包括西藏及印度的所有圣物，以及全世界每个家中所有的圣物。

 这是最佳的累积供德法。藉由此法不但可以供养一切圣物，不须出门、也不须花一毛钱到圣地去。思惟一切佛像、佛陀、菩萨等皆是上师的化身，藉此可累积最大的功德。

 供养毕，愿一切有情众生得到我所累积的快乐和功德，愿一切有情众生的苦皆由我替代，接着回向功德。

供养后不要忘了回向发愿，平时无论自己顶礼供养、观修本尊、念诵咒语等一切善根，也应当先供养三宝，然后回向众生。

文殊师利十种无尽甚深大愿

能海上师译

　　佛告大众、诸大菩萨摩诃萨∶若有初发意菩萨及一切四部众善男子、善女人等，若发菩提心者，曼殊室利菩萨当有誓言：我有十种诸佛无尽甚深大愿，所有一切菩萨及一切有情众生，入我愿者，则是世尊诸佛之子，亦是我父母。于意云何？我有先誓大愿，依我十种大愿者，先为父母、兄弟姊妹、妻子眷属，得令富贵，果报圆满，兄友弟恭，慈心不杀，听学大乘，读诵尊经，转教群品，愿至菩提。我亦作师僧子弟、和尚阿阇黎、同学、伴侣，受我法教、学我威仪、取我礼节，令发胜愿，回向大乘，学习菩提，渐成佛道。于是我作他作、大臣官长、理务世俗、一一清正、于国忠孝，悉共有缘，归向菩提，得值三宝，令发菩提之心。

　　云何名为十种无尽甚深大愿

　　一者大愿∶若有一切众生，所生三界，或我作他作，随缘受化，四空五净之主、八定四禅之主、梵王六欲之主、帝释诸天之主、四天四轮之主、诸神龙王之主、八部鬼神之主、守护佛法之主、伽蓝宫殿之主、四大持世之主、金刚坚牢之主、护国善神之主、大国小国之主、粟散四王之主、统领诸军主、都摄所守主，所有水陆四生、胎卵湿化、九类蠢动、一切含灵，同生三世，愿佛知见，或未闻我名，令愿得闻；及闻我名，于我法中，令一切有情，尽发菩提，回向大乘，修无上道。若有众生，以法药世医救疗诸疾，历数算计、工巧博易、世典文笔、歌咏赞叹、讲论戏处，导以度人，随类同事，接引世俗，令发菩提，正见正受，共我有缘，得入佛道。

　　二者大愿∶若有众生，毁谤于我、嗔恚于我、刑害杀我，是人于我、自他，常生怨恨，不能得解，愿共我有缘，令发菩提之心。

　　三者大愿∶若有众生，爱念我身、欲心见我、求得于我、于我身上、于他身上，盛行谄曲，邪见颠倒，及生净行、不净行，诸恶不善，愿共有缘，令发菩提之心。

　　四者大愿∶若有众生，轻慢于我、疑虑于我、枉压于我、诳妄于我、毁谤三宝、憎嫉贤良、欺凌一切，常生不善，共我有缘，令发菩提之心。

　　五者大愿∶若有众生，贱我、薄我、惭我、愧我、敬重于我、不敬于我、妨我不妨我、用我不用我、取我不取我、求我不求我、要我不要我、从我不从我、见我不见我，悉愿共我有缘，令发菩提之心。

　　六者大愿∶若有众生，常生杀命，作屠儿魁脍、畋猎渔捕，怨命现前，更相杀害，无有断绝，世世相报，杀生炽盛，不生悔过，卖肉取财，自养性命，如此之心者，永失人身，不相舍离报对。如是令发菩提之心。若有他人，取我财物，我与财物；或施我财物，我施财物，所得财物及不得者，于我有缘，令发菩提之心。

　　七者大愿∶若有众生，供养我者，我供养他者；或我造他造寺舍僧房、伽蓝佛塔、禅房兰若、独静之处；或我造他造，一切功德，及造菩萨诸佛形象，令他布施，修立福佑，遍于法界，回向一切诸佛菩提，令一切有情，同沾此福。及有他人自己、朋友同伴、师长弟子，修行苦行，节身断食，持戒破戒，有行无行，和尚阿阇黎教导称说，听受我教、我受他教，同行同业，共我有缘，令发菩提之心。

　　八者大愿∶若有众生，广造诸恶，堕于地狱，无有出期，经无量劫，受诸苦恼；从地狱出，生于五趣，先作畜生，将命还于前生；负物作驼驴猪狗、牛羊象马，奴婢仆从，偿他宿债，累劫赔命，还他偷盗，无有休息。我于五道，从形受化，常生同世，教化于人，或作贫穷困苦，盲聋喑哑，最下乞人，于一切众生众中，同类同缘，同事同行，导引得入佛道；共我有缘，令发菩提之心。

　　九者大愿∶若有众生，纵恣身心，我慢贡高，故于我法中，污埿佛法。师长弟子，无惭无愧，用僧佛钱、菩萨财物，杀生偷盗、邪行妄语、绮语恶口、两舌斗乱、纵恣贪嗔、不拣良善、劫夺他财、拒讳谩人、不识善恶、广造十恶，一切诸罪，死堕阿鼻，入诸地狱。从地狱出，轮还六处，入生死海，诸趣恶道。愿共有缘，同业同道，随缘化变，当以救之，令得出离，共我有缘，发菩提心，求无上道。

　　十者大愿∶若有众生，当于我法，若我有缘，若我无缘，同我大愿，则是我身，共我无别。行四无量心，心等虚空；广度有情，无有休歇，愿达菩提，登正觉路。大圣曼殊，以圣性愿力，不入三界，亦不出三界；心如虚空，常在如来清净性海、真如藏中。安住法界，遍在众生心识体性。

曼殊室利言∶“我有大愿，以圣性力，加持有情，令罪垢消灭，得入菩提、诸佛圣果。则是名菩萨十种大愿。”如是曼殊发广大愿已，我某甲亦发如是大愿，三千大千世界，六种震动，天雨曼陀罗花，遍满虚空。其时大会诸众，尽见其花，同时赞叹∶曼殊大士，圣力自在，不可思议，不可言说！尔时诸大会众咸皆欢喜，信受奉行。

远唤上师．悉地藏流

法王如意宝晋美彭措．造颂索达吉堪布．译释

浩瀚如来之总相．无余有情之依怙

显密教法开显者．大恩上师垂念我

佩带清净之戒饰．拥有无散等持藏

具备无等智慧眼．大恩上师垂念我

百万智者之顶饰．千成就者之尊主

摧毁五浊衰败者．大恩上师垂念我

了然照见一切法．如母慈爱诸有情

十自在藏自驾驭．大恩上师垂念我

无遗断除诸二障．获证四身胜王位

利乐大海之源头．大恩上师垂念我

三传承师之代表．寂猛本尊之遍主

三处空行之商主．大恩上师垂念我

如海佛陀之补处．如海妙法之源泉

如海僧众之君主．大恩上师垂念我

受持香巴之教轨．庄严三学之教法

开显六加行教者．大恩上师垂念我

道果教法之砥柱．断法教派之来源

依修教法持藏者．大恩上师垂念我

中观教法之主人．大手印教之杲日

大圆满法之妙车．大恩上师垂念我

宗喀巴师之行为．米拉日巴之修持

莲师见解持藏者．大恩上师垂念我

阿底峡尊之戒律．珠魏滚波之等持

萨班智慧之领主．大恩上师垂念我

帕单巴尊之威力．邬金巴尊之悲悯

穹波智慧之总集．大恩上师垂念我

于作祈祷具缘子．不懈慈悲而垂念

加持甘露妙雨流．灌溉心间之莲花

于泊可怖轮回中．苦难芸芸之群生

祈愿赐予永安乐．殊胜菩提大慰藉

五浊猖狂诸损恼．致使徒存虚名已

现喜刹土之妙欲．祈愿招引于此处

此十六偈颂．是为利密友班增等个别求解脱者．阿旺罗珠宗美于十六胜生周木蛇年正午时分造．愿增吉祥！

三十五佛忏悔文

南无皈依十方尽虚空界一切诸佛．尊法． 贤圣僧。南无如来．应供．正遍知．明行足． 善逝．世间解。

无上士．调御丈夫．天人师．

佛．世尊。 南无释迦牟尼佛．南无金刚不坏佛

南无宝光佛．南无龙尊王佛

南无精进军佛．南无精进喜佛

南无宝火佛．南无宝月光佛

南无现无愚佛．南无宝月佛

南无无垢佛．南无离垢佛

南无勇施佛．南无清净佛

南无清净施佛．南无娑留那佛

南无水天佛．南无坚德佛

南无旃檀功德佛．南无无量掬光佛

南无光德佛．南无无忧德佛

南无那罗延佛．南无功德华佛

南无莲花光游戏神通佛．南无财功德佛

南无德念佛．南无善名称功德佛

南无红焰帝幢王佛．南无善游步功德佛

南无斗战胜佛．南无善游步佛

南无周匝庄严功德佛．南无宝华游步佛

南无宝莲花善住娑罗树王佛。

（选自《佛说决定毗尼经》）

如是皈命已．所有十方一切世界．如来应供正等觉．诸佛世尊．常住在世．愿诸世尊． 忆念于我。若我此生．若我前生．无始生死以来．在一切轮回中所受生处．所作众罪．若自作．若教他作．见作随喜。若塔物．若僧物．若十方僧物。若自取． 若教他取．见取随喜。五无间罪．若自作．若教他作．见作随喜。十不善道．若自入．若教他入．见入随喜。由是罪障之所覆臧．我有情．应堕地狱．饿鬼旁生．或生边地．及蔑戾车．或生长寿诸天．设得人身．诸根不具．或持邪见．或厌诸佛出兴于世。所有罪障．今对一切诸佛世尊．智慧者．眼证者．称量者．知者．见者． 彼诸尊前．发露忏悔．不敢覆藏．从此制止永不再犯。

愿彼诸佛世尊．忆念于我．若我此生．若我前生．无始生死以来．在其他轮回中．所受生处．乃至施与畜生一抟之食．若我布施之善根．若我护戒之善根．若我净行之善根．若我成熟诸有情之善根．若我发无上菩提心之善根．若我修无上智之善根．悉皆合集．校计筹量．今对无上．无能胜．胜中胜．尊中尊前．悉皆回向阿耨多罗三藐三菩提。过去诸佛世尊云何回向．未来诸佛世尊云何回向．现在诸佛世尊云何回向．我亦如是普皆回向。

众罪皆忏悔．诸福尽随喜．我今劝请祈祷一切佛．愿证最胜无上智。过去未来现在佛．人中最胜尊．赞叹无量功德海．我今合掌皈命礼。

菩萨具足大悲力．利益救护诸有情

救护无依罪恶我．彼诸菩萨我皈依

身业有三种．口业复有四

以及意三业．十不善尽忏

愿戒净无垢．无持戒度圆

无始至今生．十恶五无间

心随烦恼转．诸罪皆忏悔

我昔所作诸恶业．皆由无始贪嗔痴

从身语意之所生．一切我今皆忏悔

所有礼赞供养福．请佛住世转

随喜忏悔诸善根．回向众生及佛道

金刚萨埵百字明咒

嗡班匝尔萨垛萨玛雅．玛呢巴拉雅

班匝尔萨垛迪诺巴．迪叉哲卓美巴哇

色多喀友美巴哇．色波喀友美巴哇

阿呢 多美巴哇．萨哇色德美抓雅匝

萨哇嘎玛色匝美．则当希央格热吽

哈哈哈哈．伙．巴嘎万

萨哇达塔嘎达．班匝尔玛美门匝

班则巴哇玛哈．萨玛雅．萨多阿

华严经净行品偈颂

菩萨在家．当愿众生．知家性空．免其逼迫

孝事父母．当愿众生．善事于佛．护养一切

妻子集会．当愿众生．怨亲平等．永离贪着

若得五欲．当愿众生．拔除欲箭．究竟安隐

伎乐聚会．当愿众生．以法自娱．了伎非实

若在宫室．当愿众生．入于圣地．永除秽欲

着璎珞时．当愿众生．舍诸伪饰．到真实处

上升楼阁．当愿众生．升正法楼．彻见一切

若有所施．当愿众生．一切能舍．心无爱着

众会聚集．当愿众生．舍众聚法．成一切智

若在厄难．当愿众生．随意自在．所行无碍

舍居家时．当愿众生．出家无碍．心得解脱

入僧伽蓝．当愿众生．演说种种．无乖诤法

诣大小师．当愿众生．巧事师长．习行善法

求请出家．当愿众生．得不退法．心无障碍

脱去俗服．当愿众生．勤修善根．舍诸罪轭

剃除须发．当愿众生．永离烦恼．究竟寂灭

着袈裟衣．当愿众生．心无所染．具大仙道

正出家时．当愿众生．同佛出家．救护一切

自归于佛．当愿众生．绍隆佛种．发无上意

自归于法．当愿众生．深入经藏．智慧如海

自归于僧．当愿众生．统理大众．一切无碍

受学戒时．当愿众生．善学于戒．不作众恶

受阇梨教．当愿众生．具足威仪．所行真实

受和尚教．当愿众生．入无生智．到无依处

受具足戒．当愿众生．具诸方便．得最胜法

若入堂宇．当愿众生．升无上堂．安住不动

若敷床座．当愿众生．开敷善法．见真实相

正身端坐．当愿众生．坐菩提座．心无所著

结跏趺坐．当愿众生．善根坚固．得不动地

修行于定．当愿众生．以定伏心．究竟无余

若修于观．当愿众生．见如实理．永无乖诤

舍跏趺坐．当愿众生．观诸行法．悉归散灭

下足住时．当愿众生．心得解脱．安住不动

若举于足．当愿众生．出生死海．具众善法

着下裙时．当愿众生．服诸善根．具足惭愧

整衣束带．当愿众生．检束善根．不令散失

若着上衣．当愿众生．获胜善根．至法彼岸

着僧伽梨．当愿众生．入第一位．得不动法

手执杨枝．当愿众生．皆得妙法．究竟清净

嚼杨枝时．当愿众生．其心调净．噬诸烦恼

大小便时．当愿众生．弃贪瞋痴．蠲除罪法

事讫就水．当愿众生．出世法中．速疾而往

洗涤形秽．当愿众生．清净调柔．毕竟无垢

以水盥掌．当愿众生．得清净手．受持佛法

以水洗面．当愿众生．得净法门．永无垢染

手执锡杖．当愿众生．设大施会．示如实道

执持应器．当愿众生．成就法器．受天人供

发趾向道．当愿众生．趣佛所行．入无依处

若在于道．当愿众生．能行佛道．向无余法

涉路而去．当愿众生．履净法界．心无障碍

见升高路．当愿众生．永出三界．心无怯弱

见趣下路．当愿众生．其心谦下．长佛善根

见斜曲路．当愿众生．舍不正道．永除恶见

若见直路．当愿众生．其心正直．无谄无诳

见路多尘．当愿众生．远离尘坌．获清净法

见路无尘．当愿众生．常行大悲．其心润泽

若见险道．当愿众生．住正法界．离诸罪难

若见众会．当愿众生．说甚深法．一切和合

若见大柱．当愿众生．离我诤心．无有忿恨

若见丛林．当愿众生．诸天及人．所应敬礼

若见高山．当愿众生．善根超出．无能至顶

见棘刺树．当愿众生．疾得翦除．三毒之刺

见树叶茂．当愿众生．以定解脱．而为荫映

若见华开．当愿众生．神通等法．如华开敷

若见树华．当愿众生．众相如华．具三十二

若见果实．当愿众生．获最胜法．证菩提道

若见大河．当愿众生．得预法流．入佛智海

若见陂泽．当愿众生．疾悟诸佛．一味之法

若见池沼．当愿众生．语业满足．巧能演说

若见汲井．当愿众生．具足辩才．演一切法

若见涌泉．当愿众生．方便增长．善根无尽

若见桥道．当愿众生．广度一切．犹如桥梁

若见流水．当愿众生．得善意欲．洗除惑垢

见修园圃．当愿众生．五欲圃中．耘除爱草

见无忧林．当愿众生．永离贪爱．不生忧怖

若见园苑．当愿众生．勤修诸行．趣佛菩提

见严饰人．当愿众生．三十二相．以为严好

见无严饰．当愿众生．舍诸饰好．具头陀行

见乐着人．当愿众生．以法自娱．欢爱不舍

见无乐着．当愿众生．有为事中．心无所乐

见欢乐人．当愿众生．常得安乐．乐供养佛

见苦恼人．当愿众生．获根本智．灭除众苦

见无病人．当愿众生．入真实慧．永无病恼

见疾病人．当愿众生．知身空寂．离乖诤法

见端正人．当愿众生．于佛菩萨．常生净信

见丑陋人．当愿众生．于不善事．不生乐着

见报恩人．当愿众生．于佛菩萨．能知恩德

见背恩人．当愿众生．于有恶人．不加其报

若见沙门．当愿众生．调柔寂静．毕竟第一

见婆罗门．当愿众生．永持梵行．离一切恶

见苦行人．当愿众生．依于苦行．至究竟处

见操行人．当愿众生．坚持志行．不舍佛道

见着甲胄．当愿众生．常服善铠．趣无师法

见无铠仗．当愿众生．永离一切．不善之业

见论议人．当愿众生．于诸异论．悉能摧伏

见正命人．当愿众生．得清净命．不矫威仪

若见于王．当愿众生．得为法王．恒转正法

若见王子．当愿众生．从法化生．而为佛子

若见长者．当愿众生．善能明断．不行恶法

若见大臣．当愿众生．恒守正念．习行众善

若见城郭．当愿众生．得坚固身．心无所屈

若见王都．当愿众生．功德共聚．心恒喜乐

见处林薮．当愿众生．应为天人．之所叹仰

入里乞食．当愿众生．入深法界．心无障碍

到人门户．当愿众生．入于一切．佛法之门

入其家已．当愿众生．得入佛乘．三世平等

见不舍人．当愿众生．常不舍离．胜功德法

见能舍人．当愿众生．永得舍离．三恶道苦

若见空钵．当愿众生．其心清净．空无烦恼

若见满钵．当愿众生．具足成满．一切善法

若得恭敬．当愿众生．恭敬修行．一切佛法

不得恭敬．当愿众生．不行一切．不善之法

见惭耻人．当愿众生．具惭耻行．藏护诸根

见无惭耻．当愿众生．舍离无惭．住大慈道

若得美食．当愿众生．满足其愿．心无羡欲

得不美食．当愿众生．莫不获得．诸三昧味

得柔软食．当愿众生．大悲所熏．心意柔软

得粗涩食．当愿众生．心无染着．绝世贪爱

若饭食时．当愿众生．禅悦为食．法喜充满

若受味时．当愿众生．得佛上味．甘露满足

饭食已讫．当愿众生．所作皆办．具诸佛法

若说法时．当愿众生．得无尽辩．广宣法要

从舍出时．当愿众生．深入佛智．永出三界

若入水时．当愿众生．入一切智．知三世等

洗浴身体．当愿众生．身心无垢．内外光洁

盛暑炎毒．当愿众生．舍离众恼．一切皆尽

暑退凉初．当愿众生．证无上法．究竟清凉

讽诵经时．当愿众生．顺佛所说．总持不忘

若得见佛．当愿众生．得无碍眼．见一切佛

谛观佛时．当愿众生．皆如普贤．端正严好

见佛塔时．当愿众生．尊重如塔．受天人供

敬心观塔．当愿众生．诸天及人．所共瞻仰

顶礼于塔．当愿众生．一切天人．无能见顶

右绕于塔．当愿众生．所行无逆．成一切智

绕塔三匝．当愿众生．勤求佛道．心无懈歇

赞佛功德．当愿众生．众德悉具．称叹无尽

赞佛相好．当愿众生．成就佛身．证无相法

若洗足时．当愿众生．具神足力．所行无碍

以时寝息．当愿众生．身得安隐．心无动乱

睡眠始寤．当愿众生．一切智觉．周顾十方

于阗国三藏实叉难陀奉制译

菩提心的修法--索达吉堪布

一、 观修菩提心的必要性：

学过《入行论》等大乘论典的人都知道，在所有的修行当中，菩提心的地位举足轻重。如果没有修成菩提心，一切显宗和密宗的修法功德不大，甚至很可能修偏了，所以首先一定要了解菩提心。

但光是了解还不够，现在很多人对佛法只了解就满足了，其实学佛法、信佛法、修佛法是不相同的。我们相信佛法，叫信佛法； 字面上知道一点理论，这叫学佛法；不但是相信、知道，而且实际行动中真的去做，这叫修佛法。这几个概念是完全不同的。比方说，我们首先不知道某个企业，后来通过各种方法，相信有这个企业的存在，这叫信；然后了解它的建筑、规模、设施，这叫做学；最后掌握企业从开业到发展的整个状况，自己在行动中去运作，就叫修。

有些人根本不信佛教；有些稍微信一点；有些信一点，也学一点，但从来没有修过，实际上最关键的是什么呢？就是要修佛法，将自己所了解的知识再三串习，再三修持。很多人字面上知道菩提心，刚才有些居士也背了《入行论》第一品，功德真是非常大，但你们修了没有呢？没有修的话，佛法的力量体现不出来。所以，信佛法不行，学佛法也不行，一定要修佛法，否则自己临死时可能一点也用不上。有些人理论上讲得天花乱坠，自相续却与佛法背道而驰，原因是什么呢？就是没有修持。因此，我非常希望大家一定要修菩提心。

我们平时所修的法是大乘还是小乘，完全取决于是否有菩提心。我以前也提过多次，比如说念一句“南无阿弥陀佛”，这个词上面不分大乘和小乘，以出离心来摄持，就成了小乘的念佛法门；以菩提心来摄持，就是大乘的念佛法门。在佛面前磕头、供灯，也不分大乘和小乘，此善根成为什么样的善根，根本决定于自己的心态。譬如三个人今天在佛像前供灯、烧香、磕头，一个人是为了今生的利益，求佛保佑家庭平安、生意兴隆；一个人想自己获得解脱；一个人是为了天下无边的一切众生而发愿。表面上看来，三个都是供三盏灯、点三支香、磕三个头，功德似乎一模一样，可是由于不同的三种发心， 相应就有了世间、小乘和大乘三种功德。所以，在修行过程中，每个人需要发菩提心。

藏传佛教的大成就者乔美仁波切说过：“密宗的即生成就，是以菩提心为因，密宗的方便方法为缘。”可见，藏传佛教的即生成就，离不开菩提心。同样，汉传佛教的净土宗和禅宗，也离不开菩提心。释迦牟尼佛三藏十二部经典中，离开菩提心的大乘法门，绝对是找不到的。不能说“正因为我是禅宗的，正因为我是净土宗的，这个法肯定是大乘”，要知道，之所以说是大乘，必须以菩提心来摄持。故大家先要知道菩提心的重要性，知道了以后，自己才会愿意去修。

二、 观修菩提心的方法：

菩提心，是愿一切众生离苦得乐、获得无上佛果的一种发心。有人认为菩提心非常简单，行住坐卧、吃饭走路，以利他心来摄持就成了菩提心；有人认为菩提心非常困难，只有等明心见性或证悟空性以后才可以生起。实际上，这两个都是堕入一种极端。我们不能认为菩提心太简单，随便哪个凡夫人都能修得起来；也不能认为太难了，因为很多高僧大德都明确说过，即使没有得到一地菩萨的境界，也可以产生菩提心，故大家应该对自己有信心。

1、 菩提心的前行：四无量心

你们早上起来之后，先要从四无量心开始修。所谓四无量心，就是慈、悲、喜、舍。 为什么称之为“无量”呢？因为修这四种心，功德无量，福报也无量，没有大的心量，没办法修持，所以叫无量心。

本来慈、悲、喜、舍四无量心中，最初应该从慈心开始修，但是按照华智仁波切的窍决，如果首先没有修成舍心，那么慈心与悲心就会偏堕一方，达不到完全清净，所以最先要从舍心开始修。

所谓的舍无量心，是指断除对怨敌的嗔恨、对亲友的贪爱而对一切众生无有亲疏的平等心。许多人对亲人很关心，亲人遇到一点麻烦，就全力以赴地去帮助，而怨敌如果遇到困难，不但不帮助，反而心里乐滋滋的，大叫“活该”。有了这种心态，相续中有没有真正的菩提心呢？没有！

尽管凡夫人无法根除这种习气，但起码也要尽量去做，看到任何一个众生遇到困难时，应当有帮助之心。对亲友不要特别贪执，对怨敌也不要特别憎恨，这两个若能完全平等，就叫做舍无量心。

正式观修的时候，应该将亲人观在左侧， 怨敌观在右侧。以普通人的习惯，如果敌人坐在这一边，母亲坐在那一边，他会面朝母亲而背向敌人，为什么呢？因为他对敌人有意见，对母亲有贪执。但在修菩提心时，一定要将这二者同等对待。因为众生无始以来都当过自己的父母，这一点有丰富的教证和理证，噶当派的阿底峡尊者，在讲七种教言的前三种——知母、念恩、报恩时，对此分析得相当透彻。

任何众生都当过自己的父母，刚开始很多人有点想不通，觉得这是不可能的。其实在这个世间上，不可能的事情非常多，只要你通过再三辩论、再三思维，逐渐逐渐会接受的。若能明白众生都当过自己的父母，那为何对怨敌有憎恨心呢？这都是未经观察所造成的。事实上，众生与自己的亲疏关系不定，如今被当作亲友的这些人，在以往的生生世世中，有许多都是曾加害过自己的仇人。

汉传佛教也好，藏传佛教也好，都承认一切众生当过父母，包括自己的怨敌和所杀害的众生。我们没有宿命通，并不能现见这一点，但是通过学习，应该对亲人不生贪心，对怨敌不生嗔心，这两个基本上平起平坐时，舍无量心就修出来了。

其实，我们执著的范围是可以扩大的。打个比方说，两队进行比赛时，如果是家庭与家庭之间，我会希望我这一家要赢；如果是村子与村子之间，我就想我们村要赢；如果是杭州与北京比赛，那么我所执就在杭州上了；如果中国与美国比赛，执著的范围会进一步扩大……因此，执著是虚幻无实的，如果真正去观察，敌人也是我的，父母也是我的，道理上完全可以打平。到了这样的境界时，看见敌人不会有害心，看见亲人不会有贪著，贪嗔的对境都是平等的。

当然，开始修会有一定的困难，但若修了一两个月，明显的效果就可以出来了。

然后修悲无量心。悲无量心是愿三界轮回的所有众生，全部都离开痛苦。我刚才也讲了，一切众生都当过父母，知道这一点叫“知母”；其次要忆念恩德，他们当父母时，赐予我身体和生命，给予我财产及学习世间法和出世间法的机会，所以父母的恩德非常大，我一定要“念恩”；了知上述道理后，最后的结论是什么呢？就是要“报恩”。

报答恩德，对我们佛教徒来讲非常重要。有些人认为出家就是不孝，这种说法是不对的。从佛传中也可以看出，释迦牟尼佛对父母非常感恩，与世人不同的是，佛的报恩方式更胜一筹。佛陀当年证道之后，曾回迦毗逻卫国为父亲宣说佛法，并上三十三天为母说法。净饭王圆寂时，阿难以佛的堂弟身份，请求为伯父扶棺；罗侯罗以净饭王的长孙身份，要求为祖父扶棺。佛陀对两人的请求予以婉拒，说：“你们的孝行非常可嘉，然而为给末法时代的众生示范，今日必须由我亲为父王扶棺，以免一般人以为出家不问父母之事。”结果佛陀亲扶灵柩，步行直到火葬之处。

在汉传佛教中，顺治皇帝的国师玉琳国师，就曾接母亲到寺中侍养。他将别人供养自己的钱分作五份：一份供佛，一份印法本，一份奉养母亲，一份自己受用，一份与众结缘。黄檗禅师说过：“一子出家，九族生天，若不生天，诸佛妄言。”这样的行孝，一般人以为不孝，殊不知这才是真正的大孝。

修悲无量心时，不用观旁边的怨敌和父母，只需以母亲为所缘境，唯一对她观修，然后慢慢推至没有关系的众生、自己的怨敌，范围扩大到一个国家、两个国家……最后对一切众生普遍观修。这样，悲心自然可以生得起来。

悲心和慈心的修法，也可通过呼吸修持自他交换。即观想众生的痛苦、恶业、不愉快，以气体的形状吸入自己身体，自己代受三界众生的一切痛苦，这是悲无量心；观想自己的快乐、善业、福报等，以气体的形状呼出，融入一切众生，让他们获得快乐，这是慈无量心。

其实这个很简单，如果短暂的时间中一直这样修，功德是非常大的。有了慈心，邪魔外道也不能摧毁，堪为世间的应供处；有了悲心，一切佛法的根本就具足了。因此，你们修菩提心实在困难的话，可通过这种方式来先修慈悲心。

2、 菩提心的正行

四无量心若修得好，修菩提心就不会太难。前面的修法若没有成功，即使你遇到一个众生或者缘所有众生的总相，暂时生起一点菩提心，但遇到关系不好的人或其它旁生时，以菩提心来对待是很困难的。

有些人虽然发了菩提心，可是实际行动中，自己的母亲生病了，马上把她送到医院，钱全部拿出来付医药费；而素不相识的人生病了，一分钱都舍不得花；怨恨的敌人生病了，那就更不用说了。这就是因为舍无量心没有修好，如果修好了，纵然你没有得到一地菩萨的果位，彻头彻尾是个凡夫人，但在你的修行境界中，父母跟其他众生也不会有任何差别。

所以，大家不要认为自己境界很高。有些人稍微学一点佛，就整天讲神通、开天眼，“我看到这个，我看到那个”，经常都是说这些，没有必要！我们的境界真的很低，看见一个可怜的众生时，只是会想“他多可怜啊”，根本不会像对待母亲那样去帮助，因此我们离大乘还差得非常远。当然，也不要把佛教看成是神话，觉得“像我这样的人永远也修不成，永远也没有机会”，不要这样歧视自己，只要肯下功夫，每个人都有殊胜的因缘。

修菩提心之前，打好四无量心的基础很重要，修的时候还要具备两个条件：愿众生离开痛苦、愿众生获得佛果。光是看众生很可怜，想要帮助他，是不是菩提心也不好说，因为菩提心必须要“缘佛果”。什么叫缘佛果呢？就是愿众生获得佛的果位，远离三界的所有痛苦，为了达到这一目的，自己心甘情愿做任何事情。

佛陀在《教王经》中，将菩提心的学处讲得非常清楚，经云：“对自他一切善根进行随喜，之后回向发愿，是愿菩提心的学处；尽心尽力地行持六度万行，是行菩提心的学处。”因此，大家不要认为自己境界很高，我们不要说胜义菩提心，世俗菩提心也修得不好。但即便如此，还是要修，哪怕修十分钟，功德也是不可思议。有些人每天早上起来时，什么都不观想，光闭着眼是没有用的。现在初学者最需要的是修自他交换和知母念恩等教言，若能反反复复修持，菩提心肯定会生起来的！

希望你们以后每天至少要修一修菩提心。其实这没什么不会修的，通过呼吸来修慈无量心和悲无量心，七八十岁的老菩萨都能做到，而这种功德，是任何一种功德都比不上的。现在的佛教界中，有些人对神通很感兴趣，一提到菩提心就不太重视。这种做法不太好。以前的大天比丘有八大共同成就，天眼等统统具足，正因为具足这些，最后他造的业也非常可怕。所以，大家不要希求外相上的东西，应该在心地上下一番功夫。

如果有了菩提心，罪业再大也可以消除；如果没有菩提心，怎么样忏悔也收效甚微。乔美仁波切有个比喻说，铁丸子虽然很小很小，但放在水里会沉下去，同样，若没有菩提心摄持，罪业尽管微不足道，却可以让你堕落恶趣。空心的铁管虽然很大很大，但放在水里会浮起来，同样，尽管你造的业非常可怕，可是若有菩提心，那么不会堕下去。这是非常好的一个比喻。

你们大城市里的人，不管是吃肉也好、杀生也好，从小到现在可能造了很多恶业，现在没有忏悔的话，未来的命运如何非常难说。因果并不是我们想象的那样简单，无论你信不信，只要播下了种子，果肯定会出现的，只不过自己不发现而已。如果你因不发现就随便造业，这是非常愚痴的行为。大家得到了这么好的人身，遇到了这么殊胜的佛法，应以菩提心来摄持修行，倘若错失良机，的的确确非常可惜！

我经常发自内心地想：“今生幸好遇到了法王如意宝这样真正指示解脱道路的上师，同时又遇到了这么好的正法，否则在茫茫人海中，假如遇到一些邪知识和邪法，自心很可能随外境而转，结果陷得越来越深，最后不可救药。”

你们遇到佛法也很不容易，千万不要浪费人身，一定要学习佛法、行持善法。尤其在行持善法时，切忌追求表面形象，理应切实地观想佛陀、修菩提心。哪怕只修五分钟的菩提心，形象上的功德也不及其万分之一。 菩提心的功德谁都了知，但如果没有观想、没有行持，对自己也不会有丝毫利益。

没有什么不会的，一定能修得起来。任何修行在起步时，心态还没有调整过来，要进入另一个世界，很多人觉得困难重重，但只要真正去修，就不会有那么大困难。

你们现在有殊胜的缘分，还是要多学一点，认认真真去修菩提心，不然会像遇到如意宝却没有使用一样，非常遗憾。但愿大家能生起真实无伪的世俗菩提心，继续努力之后，一旦生起了远离一切戏论的胜义菩提心，那个时候，度化众生的事业自然而然会兴盛的。

菩提心

必须具备两个条件．一是缘众生的悲．愿众生离苦得乐；二是缘佛果的智慧．发愿使众生远离三界轮回的一切痛苦．最终获得圆满如来正等觉的果位。

以佛法来饶益众生．令他们最终获得佛果．心里这样发愿．行动上也这样去做．这才叫做真正大乘菩提心的行为。

具德上师寿命长如劫，圣教檀越权势乃增长，

法政不衰宝幢高树起，唯愿莲师教法恒兴盛。

普为助印及读诵受持展转流通各佛经者 回向偈

愿以此功德．消除宿现业．增长诸福慧．圆成胜善根

所有刀兵劫．及与饥馑等．悉皆尽灭除．人各习礼让

一切助印者．展转流通者．现眷咸安乐．先亡获超升

风雨常调顺．人民悉康宁．法界诸含识．同证无上道